

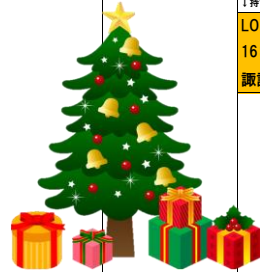
スパ&フィットネス セクシ千葉 年末年始スタジオスケジュール

2018年12月24日(月)				2018年12月25日(火)				2018年12月26日(水)			
3F	4F		フール・スパ	3F	4F		フール・スパ	3F	4F		フール・スパ
A	B	C		A	B	C		A	B	C	
10:30	エアロ30 10:45~11:15 金杉 智哉	ダンスエクササイズ45 10:30~11:15 AYA	リラクソスヨガ45 10:20~11:05	10:30	有料3,240円/月 【カルチャースクール】 HIPHOP 10:30~11:15 中島 真理子	太陽礼拝 10:15~10:45 橋立 弥生 !持ち物:バスタオル、飲み物	10:30	ストレッチ30 10:25~10:55 村木 のりこ	ホットヨガ60 10:20~11:20 橋立 弥生	10:30	一持ち物:バスタオル、飲み物
11:00	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	EMIKO ★新規インストラクター★	11:00	ファイフ	ホットヨガ45 10:55~11:40 橋立 弥生	11:00	アクア30 11:15~11:45 Yuri	初中級エアロ45 10:40~11:25 Yuri	11:00	アクア30 10:45~11:15 金子 守男
11:30	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	骨盤調整ヨガ45 11:20~12:05 EMIKO ★新規インストラクター★	11:30	ダンスエアロ45 11:35~12:20 ファイフ	有料3,240円/月 【カルチャースクール】 ZUMBA45 12:05~12:50 中島 真理子	11:30	11:10~12:10 中島 真理子	有料3,240円/月 【カルチャースクール】 クラシックバレエ (入門~初級) 11:35~12:35 村木 のりこ	11:30	アクアダンス30 11:30~12:00 金子 守男
12:00	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	12:00	ファイフ	ヨガ 11:50~12:50 橋立 弥生	12:00	12:30~13:30 高橋 敬都子	はじめてのバレエ30 12:50~13:20 村木 のりこ	12:00	
12:30	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	12:30	ヨガストレッチ20 12:35~12:55 古田 美樹	ピキナーステップ45 13:05~13:50 天野 正太郎	12:30	フラダンス 12:30~13:30 高橋 敬都子	オキシジェノ45 13:30~14:15 嶋田 祐子	12:30	
13:00	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	13:00	ファイドウ 13:10~13:55 古田 美樹	ピラティス45 13:10~13:55 坂尻 優子	13:00	13:45~14:15 高橋 敬都子	有料3,240円/月 【カルチャースクール】 ピラティス —セルフコントロール— 14:30~15:30 嶋田 祐子	13:00	
13:30	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	13:30	ファイドウ 13:10~13:55 古田 美樹	ピラティス45 13:10~13:55 坂尻 優子	13:30	14:45~15:30 宗田 衣未	美尻トレーニング45 16:00~16:45 坂尻 優子	13:30	
14:00	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	14:00	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	14:00	15:45~16:45 宗田 衣未	16:00~16:45 坂尻 優子	14:00	
14:30	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	14:30	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	14:30	16:25~17:10 諏訪 加奈実		14:30	
15:00	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	15:00	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	15:00			15:00	
15:30	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	15:30	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	15:30			15:30	
16:00	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	16:00	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	16:00			16:00	
16:30	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	16:30	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	16:30			16:30	
17:00	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	17:00	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	17:00			17:00	
17:30	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	17:30	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	17:30			17:30	
18:00	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	18:00	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	18:00			18:00	
18:30	エアロ45 11:30~12:15 金杉 智哉	リズム&ステップ30 11:35~12:05 AYA	★新ジャントレッスン★ X55 12:20~13:20 清水 瞭 × 古田 美樹	18:30	ZUMBA45 14:10~14:55 藤沼 美和	エアロ45 15:10~15:55 天野 正太郎	18:30			18:30	

各種レッスンの
途中入場・途中退場は
固くお断りさせていただきます

各種レッスンの
途中入場・途中退場は
固くお断りさせていただきます

クリスマス・メガダンス
~新曲発表会~



年末年始営業予定のお知らせ

2018年12月

12月24日(月)	12月25日(火)	12月26日(水)	12月27日(木)	12月28日(金)	12月29日(土)
祝日営業 10:00~20:00	短縮営業 10:00~20:00	短縮営業 10:00~20:00	短縮営業 10:00~20:00	通常休館日	年末年始休館日

スパ&フィットネス ゼクシス千葉 年末年始スタジオスケジュール

2018年12月27日(木)					2019年1月2日(水)					2019年1月3日(木)					
3F		4F		フール・スパ	3F		4F		フール・スパ	3F		4F		フール・スパ	
A	B	C	A		B	C	A	B		C					
10:30	有料3,240円/月 【カルチャースクール】 新日本舞踊(入門)		モーニングホットヨガ45 10:20~11:05 橋立 弥生	アクアビギナー30 10:30~11:00 阿部 治子	11:00					11:00				11:00	
11:00	10:30~11:30 華音(かのん)	ダンス&ステップ20 10:50~11:10 中島 真理子	ZUMBA45 11:20~12:05 中島 真理子	ホットヨガ45 11:15~11:30 阿部 治子	11:30	HAPPY NEW YEAR ZUMBA60 11:30~12:30 中島 真理子	モーニングヨガ45 11:20~12:05 金子 守男			11:30	ZUMBA45 11:20~12:05 中島 真理子	エアロ30 11:30~12:00 丸山 秋子	ホットヨガ45 11:15~12:00 橋立 弥生	アクアウォーク30 11:30~12:00 阿部 治子	11:30
11:30					12:00					12:00					12:00
12:00	11:45~12:30 華音(かのん)				12:30					12:30					12:30
12:30	有料3,240円/月 【カルチャースクール】 新日本舞踊				13:00					13:00					13:00
13:00	12:45~13:45 華音(かのん)				13:30					13:30					13:30
13:30	★新曲発表会★ ファイドゥ60 14:00~15:00 清水麻×吉田典樹				14:00					14:00					14:00
14:00					14:30					14:30					14:30
14:30					15:00					15:00					15:00
15:00					15:30					15:30					15:30
15:30					16:00					16:00					16:00
16:00					16:30					16:30					16:30
16:30					17:00					17:00					17:00
17:00					17:30					17:30					17:30
17:30															
18:00															
18:30															
閉館時間 20:00					閉館時間 19:00					閉館時間 19:00					
華音先生~ラストレッスン~ 長い間、有難うございました^^					 <p>おけまん おめでとう がっばります</p>					 <p>各種レッスンの 途中入場・途中退場は 固くお断りさせていただきます</p>					
閉館時間 20:00					 <p>昨年ではゼクシス千葉店をご愛顧頂き、誠にありがとうございます。 本年もより良い施設、サービスを提供できるようスタッフ一同努力して参ります。 2019年もどうぞ宜しくお願い致します。</p> 										

年末年始営業予定のお知らせ

2018年12月		2019年1月			
12月30日(日)	12月31日(月)	1月1日(火)	1月2日(水)	1月3日(木)	1月4日(金)
年末年始休館日	年末年始休館日	年末年始休館日	短縮営業 11:00~19:00	短縮営業 11:00~19:00	通常休館日